

# PROSIDING

## Seminar Nasional

ISBN: 978-6027-0296-8-2

***“Optimalisasi Active Learning dan  
Character Building Dalam Meningkatkan  
Daya Saing Bangsa di Era MEA”***



*Keynote Speaker:*

Prof. Dr. Uman Suherman, A.S., M.Pd

Prof. Dr. Sukarno, M.Si

Dr. Muqowim, M.Ag



Prodi BK dan Prodi PGSD FKIP UAD dengan  
Active Learning Facilitator Association (ALFA) Jateng-DIY

Yogyakarta, 11 Jumadil Akhir 1437 H  
20 Maret 2016 M



Judul  
**PROSIDING SEMINAR NASIONAL**  
**“Optimalisasi *Active Learning* dan *Character Building* dalam Meningkatkan Daya Saing Bangsa di**  
**Era Masyarakat Ekonomi Asean (MEA)”**  
Hak Cipta © Prodi PGSD dan Prodi BK FKIP UAD  
Cetakan Pertama, Maret 2016

Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT)  
PROSIDING SEMINAR NASIONAL: “Optimalisasi Peran Pendidikan dalam Membangun Karakter Anak untuk menyongsong Generasi Emas Indonesia”  
Tim Editor: Dr. Sutarno, M.Pd, dkk. – Yogyakarta: Prodi PGSD dan Prodi BK, Maret 2016  
xii + 642 hlm; 20 x 28 mm  
ISBN: 978-602-70296-8-2

Editor : Dr. Sutarno, M.Pd (UAD), Prof. Dr. Sukarno (UNTIDAR),  
Dra. S.T. Martaningsih, M.Pd (UAD)  
Tata Aksara : fadilatama

Diterbitkan oleh:  
Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar  
Prodi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

Bekerjasama dengan:  
Active Learning Facilitator Association (ALFA)  
Jawa Tengah-Daerah Istimewa Yogyakarta

## KATA PENGANTAR

*Assalamu alaikum wr wb.*

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat dan karuniaNya sehingga kegiatan Seminar Nasional tanggal 20 Maret 2016 dapat terselenggara, dan penyusunan prosiding dapat diselesaikan.

Prosiding ini disusun dalam rangka Seminar Dengan Tema “**Optimalisasi Active Learning dan Character Building dalam Meningkatkan Daya Saing Bangsa di Era Masyarakat Ekonomi Asean (MEA)**”, yang diselenggarakan oleh Program Studi PGSD, Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UAD, bekerjasama dengan Active Learning Facilitator Association (ALFA) Jateng – DIY.

Penerapan pembelajaran aktif diharapkan dapat menunjang optimalisasi kinerja guna pencapaian tujuan pendidikan secara lebih efektif. Prosiding bertujuan untuk merekam/mendokumentasikan gagasan, wahana mengembangkan ilmu dan wawasan, membangun sinergi berbagai pihak tentang implementasi pembelajaran aktif dan pendidikan karakter.

Terima kasih kepada Pimpinan UAD, para Pakar, Pembicara kunci, maupun pemakalah, penyunting makalah, panitia, dan seluruh pihak yang mendukung penyelenggaraan seminar serta terwujudnya prosiding ini.

Mohon maaf apabila ada kesalahan, kritik, dan saran membangun kami harapkan untuk perbaikan selanjutnya.

Semoga bermanfaat.

*Wassalamu alaikum wr wb.*

Yogyakarta, Maret 2016

Ketua Panitia

## DAFTAR ISI

Kata Pengantar .....	iii
Makna dan Implikasi Masyarakat Ekonomi Asian Bagi Perberdayaan Bimbingan dan Konseling Dalam Mengembangkan Karakter Konseli	
<i>Prof. Dr. Uman Suherman As., M.Pd</i> .....	1
Implementasi Pendidikan Karakter di Sekolah dan Perguruan Tinggi Melalui Pembelajaran Aktif	
<i>Sukarno</i> .....	9
<i>Softskills-Based Learning Process</i> dan Masyarakat Ekonomi Asean (MEA)	
<i>Muqowim</i> .....	18
Pengaruh Persepsi Tentang Pelaksanaan Pembelajaran terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar IKIP PGRI Madiun	
<i>Sigit Ari Prabowo, Firdaus</i> .....	29
Urgensi Perencanaan Karir dalam Menghadapi Masyarakat Ekonomi Asean	
<i>Tyas Martika Anggriana, Asroful Kadafi, Rischa Pramudia Trisnani</i> .....	35
Kurikulum Pendidikan Nasional: Menuju Pendidikankebhinekaan yang Multibudaya	
<i>Endang Sri Maruti</i> .....	39
Peduli Lingkungan Melalui Kontinuitas Pembiasaan Perilaku Buang Sampah pada Tempatnya	
<i>Prima Suci Rohmadheny, Novian Yudiari</i> .....	45
Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Membangun Karakter Siswa Sekolah Menengah Pertama	
<i>Anita Dewi Astuti, Mahendra Dewi</i> .....	50
Mengintegrasikan Pembelajaran di Sekolah Dasar dengan Karakter Kelautan untuk Mewujudkan Kawasan Minapolitan Halmahera Selatan	
<i>Ida Nurmila Isandespha, M.Pd</i> .....	56
Pengembangan Instrumen Penilaian Hasil Belajar Seni Tari	
<i>Gusyanti</i> .....	62
Pembelajaran Sainifik dan Konsep Penilaian Autentik pada Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti	
<i>Imam Mashud</i> .....	65
Peningkatan Minat dan Kemampuan Membaca dengan Menggunakan Kartu Baca di Kelas 3 SD Juara Yogyakarta	
<i>Aris Nurkholis</i> .....	73

Upaya Meningkatkan Keterampilan Menulis Dengan Media Cerita Seri Bergambar Pada Siswa Kelas III SDN 2 Barenglor <i>Iisrohli Irawati, Tini, Nunik Kusmani</i> .....	81
Pengaruh Model <i>Collaborative Learning</i> terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika dan Sikap Sosial Siswa Kelas V SD Jarak Sewon Bantul <i>Eni Purwaaktari</i> .....	86
Perancangan Karakter Wayang Kulit Fisika Sebagai Media Pembelajaran Fisika dalam Pengembangan Pendidikan Budaya dan Karakter Bangsa <i>Rita Nunung Tri Kusyanti</i> .....	95
Usaha Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Guru untuk Berinovasi dengan TIK Melalui Model Struktural <i>Degi Alrinda Agustina</i> .....	102
Implementasi Pendidikan Karakter Bangsa pada Siswa Sekolah Dasar <i>Dwi Sulistyowarni</i> .....	109
Implementasi Nilai-Nilai Karakter dengan Model <i>Problem Based Learning</i> pada Pembelajaran Tematik Integratif <i>Yudi Permana</i> .....	116
Penguatan Pendidikan Karakter di SD melalui Permainan Tradisional <i>Trisna Sukmayadi</i> .....	123
Pendidikan Karakter Berbasis Permainan Tradisional Siswa Sekolah Dasar di Sumenep Madura <i>M. Ridwan</i> .....	131
Aplikasi <i>Cyco (Cyber Counseling)</i> : Alternatif Model Konseling di Sekolah Devita Ayu Mei Dina, Annisa Sofiana, Novia Wahyuningtyas, Caraka Putra Bhakti4 .....	136
Pembelajaran Berbasis Elektronik ( <i>E-Learning</i> ) sebagai Alternatif Strategi Pembelajaran Aktif dalam Mata Kuliah Ilmu Kewarganegaraan <i>Dikdik Baehaqi Arif, S.Pd., M.Pd.</i> .....	141
Peran Pendidik Anak Usia Dini yang Kreatif sebagai <i>Agent Of Change</i> dalam Menghadapi Tantangan “MEA” <i>Maulida</i> .....	147
Peningkatan Keaktifan dan Prestasi Belajar Mahasiswa Pendidikan Biologi UAD melalui Model Pembelajaran Jigsaw Pada Mata Kuliah Biologi Dasar II <i>Triani Widyaningrum</i> .....	151
Pemanfaatan Metode <i>Experiential Learning</i> untuk Meningkatkan Keterampilan Berpikir Kritis Siswa dalam Belajar <i>Irvan Budhi Handaka, Nindiya Eka Safitri</i> .....	157
Identifikasi Seni Budaya untuk Suplemen Pembelajaran Seni Bermuatan Lokal di SD Sebagai Penguatan Karakter Diri <i>Sugeng Riyanto</i> .....	165
Kegiatan Kemahasiswaan: Strategi untuk Meningkatkan Kompetensi Lulusan di Perguruan Tinggi <i>Ariadi Nugraha, Sitti Umami Novirizka Hasan, Fitria Nur Annisa</i> .....	170
Cas Nuder dalam <i>Active Learning</i> untuk Meningkatkan Keaktifan Belajar IPS Peserta Didik Sekolah Dasar <i>Rahayu Ika Prasetya dan Dholina Inang Pambudi</i> .....	174

Integrasi Peran Orang Tua dalam Upaya Perbaikan Karakter untuk Anak Indonesia <i>Anik Oktavia Gesang dan M. Ragil Kurniawan</i> .....	178
Integrasi Pendidikan Moral dan Budi Pekerti dalam Pembelajaran di Sekolah Dasar <i>Rini Hariyani dan Hendro Widodo</i> .....	183
Penerapan Metode Outdoor dalam Menulis Puisi Sederhana <i>Nova Permatasari, Hanum Hanifa Sukma</i> .....	186
Penggunaan Permainan <i>Throwing Sudoku</i> untuk Pengenalan Konsep Bilangan <i>Anita Zulaihah, Asih Mardati</i> .....	190
Peran Guru SD dalam Membangun Karakter dan Kecakapan di Abad 21 <i>Henggang Bara Saputro, S.Pd., M.Pd.</i> .....	195
Pengembangan Media Pembelajaran Tematik-Integratif pada Tema Menghargai Jasa Pahlawan Berbasis Sosiokultural di Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Serayu Yogyakarta <i>Vera Yuli Erviana, S.Pd, M.Pd.</i> .....	201
Penggunaan Pendekatan Fungsional untuk Mendorong Mahasiswa Berpartisipasi Secara Aktif Dalam Kelas Menyimak dan Berbicara <i>Astry Fajria</i> .....	208
Fungsi Foklore dalam Perspektif Pendidikan Multibudaya Sebagai Sarana Penanaman Toleransi Siswa Sekolah Dasar melalui Pembelajaran Seni dan Budaya <i>Iis Ani Safitri, Sularso, M.Sn</i> .....	212
Trik Pembelajaran Bangun Datar Segitiga Agar Tak Terlihat <i>Satrianawati, Sri Herwati</i> .....	216
Kajian Bahan Informasi Bimbingan yang Terkandung di Dalam Serat Wedhatama <i>Sutarno</i> .....	219
Identifikasi Permasalahan Guru di Indonesia dalam Menghadapi ASEAN <i>Economic Community (AEC)</i> <i>Ika Maryani, Vrisca Damayanti</i> .....	226
Keefektifan Penggunaan Media Lagu Terhadap Nilai Karakter Kreatif Pada Mata Pelajaran IPS untuk Peserta Didik Kelas V Sekolah Dasar Negeri Jigudan Pandak Bantul <i>Indah Perdana Sari</i> .....	233
Peningkatan Motivasi dan Prestasi Belajar Pkn Melalui Pembelajaran Kooperatif Tipe <i>Make A Macth</i> di Kelas IV SD Negeri Tambakroto <i>Muhamad Afandi, M.Pd</i> .....	238
Pengembangan Bahan Ajarmultimedia Interaktif Ilmu Pengetahuan Alam (BAMI_IPA) Untuk Siswa Kelas V <i>Jupriyanto</i> .....	244
Deskripsi Pemahaman Perkalian oleh Siswa Kelas II SD <i>Ayu Rizki, Devita Agustin, Ine Mariana, Helti Lygia Mampouw</i> .....	251
Deskripsi Pemecahan Masalah Persamaan Linear Dua Variabel oleh Siswa SMP Berkemampuan Matematika Sedang Ditinjau dari Taksonomi Solo <i>Ilmi Yuslanti, Helti Lygia Mampouw</i> .....	256
Implementasi <i>Puzzle</i> Gambar Tokoh Kartun dan Gambar-Gambar Terwarnai untuk Meningkatkan Hasil Belajar dan Keaktifan Siswa Kelas III SDN Maja Pada Materi Pecahan <i>Elis Warningsih, Fatonah, Ina Muawinah, Helti Lygia Mampouw</i> .....	261

Implementasi Strategi Hijahiwa pada Materi Pengukuran Waktu, Jarak dan Kecepatan untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas V SDN Rancailat <i>Kuswanto, Agus Sumantri, Jamhari, Helti Lygia Mampouw</i> .....	268
Kursi Lab Sebagai Media Sederhana Pembelajaran Aktif pada Perkuliahan Mekanika Lanjut Materi Ajar <i>Moving Coordinate Systems</i> <i>Wahyu Hari Kristiyanto</i> .....	275
Pemahaman Siswa dalam Menyelesaikan Soal Volume Kubus dan Balok dengan Kubus Satuan pada Siswa Kelas V dan VI SD <i>Ariska Ade Nuansari, Ilmi Yuslanti, Rosa Anindya Puspita, Novisita Ratu, Helti Ligiya Mampouw</i> .....	279
Deskripsi Kesalahan Siswa Kelas II SD Pada Materi Perkalian Bilangan Cacah 1 Sampai 10 <i>Bernike Krisbudi Arti, Luri Ratnawati, Tiara Pola Wardhani, Novisita Ratu, Helti Lygia Mampouw</i> .....	289
Pengaruh Model Pembelajaran <i>Learning Cycle 7e</i> terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika Bagi Siswa Kelas X MIA SMA Kristen Satya Wacana Salatiga <i>Susi Susanti, Erlina Prihatnani, Novisita Ratu</i> .....	294
Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe <i>Inside Outside Circle (IOC)</i> Terhadap Hasil Belajar Matematika Ditinjau dari Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tuntang Tahun Pelajaran 2015/2016 <i>Dwi Indaryanti, Kriswandani, Erlina Prihatnani</i> .....	307
Perbedaan Kecerdasan Spasial Antara Siswa Laki-Laki dan Siswa Perempuan Pada Kelas X SMA Negeri 1 Salatiga <i>Kristina Handayani, Sutriyono, Erlina Prihatnani</i> .....	315
Pengembangan Media Pembelajaran Matematika pada Materi Persamaan Kuadrat Menggunakan Adobe Flash Cs6 <i>Utomo, Sutriyono, Erlina Prihatnani</i> .....	322
Bimbingan dan Konseling Berdimensi Multikultural-Profitik <i>Novia Nur Fadhlila</i> .....	333
Strategi Pembelajaran K-13 Melatih <i>Critical Thinking</i> <i>Rahmawati Khadijah Maro</i> .....	340
Mengembangkan Kecerdasan Musikal Siswa <i>Pratik Hari Yuwono</i> .....	348
Peran Lingkungan Pendidikan untuk Peserta Didik <i>Tri Yuliansyah Bintaro</i> .....	354
Dinamika Pembaruan Pendidikan <i>Yudha Febrianta</i> .....	364
Peran Konselor dalam Menyikapi <i>Cyber Bullying</i> di Kalangan Siswa <i>Kade Sathya Gita Rismawan, Yogi Budi Hartanto, Amalia Fitriana</i> .....	373
Penguatan Nilai Karakter Pendidikan Melalui Internalisasi 7 Kebiasaan Efektif Covey Guna Menghadapi Krisis Moral di Era MEA <i>Adji Prasetyo Wicaksono, Nurlaila Qadriah Yunan, Setyo Pranoto</i> .....	381
Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal dengan Metode <i>Questions Students Have</i> dan <i>Active Knowledge Sharing</i> Sebagai Upaya dalam Menanamkan Pendidikan Karakter Siswa <i>Herwinda Putri Daniswari, Nanda Istiqomah</i> .....	387

Perwujudan Kinerja Konselor Profesional dalam Memberikan Layanan Konseling pada Peserta Didik	
<i>Devy Probawati, Oksa Kartika De Hambri, Roiyan One Febriani</i> .....	394
Pelatihan Efikasi Diri Islami untuk Menurunkan Kecemasan Lingkungan Baru pada Siswa SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta	
<i>Ayu Rezki Utari</i> .....	400
Tantangan Konselor Terhadap Interaksi Budaya	
<i>Novia Damayanti</i> .....	405
Embedding the Character of Environmental Care to Elementary School Students Through Familiarizing Clean Living In School	
<i>Sutji Wardhayani</i> .....	410
Forming Characters of Cooperation, Bravery, and Leadership Through Outbound Activity	
Membentuk Karakter Kerjasama, Keberanian dan Kepemimpinan Melalui Kegiatan Outbound	
<i>Yuyarti</i> .....	416
Penerapan Model Inkuiri Berbasis Lingkungan untuk Meningkatkan Kemampuan Menggali Sumber Bahan pada Mata Kuliah Pendidikan Keterampilan	
<i>Florentina Widihastrini</i> .....	423
Pengaruh Aktivitas Mahasiswa dalam Perkuliahan Statistika Pendidikan dengan Metode <i>Mind Mapping</i> Berbantuan SPSS terhadap Kemampuan Mengolah Data	
<i>Trimurtini, Nursiwi Nugraheni, Sri Susilaningsih</i> .....	429
Upaya Peningkatan Keterampilan Komunikasi Matematika dengan Mendayagunakan <i>Problem Based Learning</i> pada Mahasiswa PGSD Unnes	
<i>Nursiwi Nugraheni</i> .....	434
Upaya Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Matematika Melalui Pendayagunaan <i>Open-Ended Problem</i> pada Mahasiswa PGSD Unnes	
<i>Wahyuningsih</i> .....	438
Peran Guru dalam Simbolisasi pada Pembelajaran Matematika Sekolah Dasar	
<i>Imaludin Agus, Ayu Arfiana</i> .....	444
<i>Higher Order Thinking Skills (HOTS) Mathematics</i> untuk Mendukung Pembentukan Karakter Siswa	
<i>Magdalena Wangge, Evvy Lusyana</i> .....	450
Memfasilitasi Pembangunan Karakter Peserta Didik dengan Penerapan <i>Activelearning</i>	
<i>Tri Rahmah Silviani, Atik Lutfi Ulin Ni'mah</i> .....	457
Upaya Menciptakan Siswa Unggul dengan Pembelajaran Aktif dalam Menghadapi MEA	
<i>Novika Sukmaningthias, Aida Rukmana Hadi</i> .....	464
Pengembangan Profesionalitas Konselor untuk Menyiapkan Perencanaan Karir Peserta Didik Menghadapi Masyarakat Ekonomi ASEAN	
<i>Nindya Ayu Pristanti, Mia Audina Ananda, Aditya Tribana Wira</i> .....	470
Pembelajaran Keterampilan Kerjasama Bagi Siswa Sekolah Dasar	
<i>Laila Nursafitri</i> .....	478
Pemodelan pada Persamaan Linear Dua Variabel Berdasarkan Pendekatan <i>Iceberg</i> Untuk Siswa SMP	
<i>Fitriani, Venti Indiani</i> .....	483



Analisis Trend Penelitian Pendidikan Sains

<i>Dadan Rosana</i> .....	487
Pentingnya <i>Character Building</i> pada Pembelajaran untuk Meningkatkan Daya Saing di Era M	
<i>Wita Setianingsih, Daru Retnowati</i> .....	495
Pembentukan Karakter Bangsa Indonesia	
<i>Galang Surya Gumilang, M.Pd</i> .....	502
Pendidikan Berbasis Multi Budaya ( <i>Multicultural</i> ) sebagai Upaya Pengembangan Rasa Nasionalisme Anak Sejak Usia Dini	
<i>Linda Dwiyanti, Anik Lestarinigrum</i> .....	508
Membangun Kemampuan Koneksi Matematika Siswa SD Menggunakan Pendekatan Pemecahan Masalah	
<i>Siti Nurjanah, Karlimah</i> .....	515
Membangun Prestasi Diri Melalui Penulisan Puisi Religi Sebagai Upaya Menghadapi Persaingan Bangsa di Era MEA	
<i>R. Yusuf Sidiq Budiawan</i> .....	521
Pengembangan Model Pembelajaran Berbasis Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan	
<i>Asep Ardiyanto</i> .....	526
Implementasi Permainan Tradisional dalam Membangun Pendidikan Karakter	
<i>Nur Azis Rohmansyah</i> .....	535
Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar: Sebuah Kajian Awal	
<i>Mega Meilina Priyanti, Agus Kuncoro</i> .....	540
Implementasi Model <i>Child Friendly School (CFS)</i> dalam Pembelajaran Bahasa Inggris (Studi Kasus di SD Negeri Secang 1 Kabupaten Magelang)	
<i>Farikah</i> .....	546
Model Pengembangan Keprofesian Berkelanjutan (PKB) Melalui Pelatihan dan Pendampingan PTK Berbasis Pembelajaran Aktif Bagi Guru Sekolah Menengah di kota Magelang	
<i>Sri Haryati</i> .....	550
5 W + 1 H dalam Berbicara Sebuah Cermin Pribadi Dewasa Pembicara	
<i>Hari Wahyono</i> .....	559
Implementasi Pembelajaran IPS SD Melalui Model <i>Active Learning In School (ALIS)</i>	
<i>Muhamad Chamdani</i> .....	564
Tv Commercial: Strategi Pembelajaran Aktif, Menyenangkan, dan Berkarakter	
<i>Fitri Puji Rahmawati</i> .....	572
Pendekatan dan Strategi Layanan Bimbingan Konseling di Sekolah Dasar	
<i>Minsih</i> .....	576
Pembelajaran Kimia Berorientasi <i>Chemo-Entrepreneurship (CEP)</i> untuk Membekali Jiwa Enterpreneurship Mahasiswa	
<i>Sudarmin</i> .....	582
Pengembangan Model Pembelajaran Sastra Indonesia Berbasis Pendidikan Karakter di SMA – SMK Kabupaten Klaten	
<i>Esti Ismawati, Gunawan Budi Santosa, Abdul Ghofir</i> .....	588

Implementing Social Culture Communication and The Role of Character Building for Educating “Pancasila dan Kewarganegaraan” In Primary School Student <i>Yulia Palupi, M.Pd</i> .....	596
Evaluasi Pencapaian Standar Pelayanan Minimal Berdasarkan Prinsip Good Governance di SD Negeri 4 Kaliaman Jepara <i>Novita Wijanarti, Slameto</i> .....	601
Inovasi Pembelajaran Bentuk Aljabar Menggunakan Alat Peraga Dedaunan <i>Gayuh, Helti Lygia Mampouw</i> .....	608
Membangun Karakter Melalui Sistem Penilaian <i>Aan Nurhasanah</i> .....	613
The Implementation of Active Learning Strategies in Non Formal Education A Case Study in <i>Dharma Wanita</i> English Course Magelang Municipality <i>Sri Sarwanti</i> .....	619
Pengembangan Multimedia <i>Macromedia Flash</i> dengan Pendekatan Kontekstual dan Keefektifannya Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa <i>Syariful Fahmi</i> .....	623
Diagnostik Kesulitan Belajar Sebagai Assesment Perencanaan Program BK di SD <i>Sofwan Adiputra</i> .....	633
Peningkatan Kemandirian Belajar Mahasiswa melalui Pendekatan <i>Client Centered</i> <i>Mujiyati</i> .....	639

# PELATIHAN EFIKASI DIRI ISLAMI UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN LINGKUNGAN BARU PADA SISWA SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA

**Ayu Rezki Utari**

*Magister Profesi Psikologi  
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta  
Jalan Kapas No. 9 Yogyakarta  
ayu.rezki@yahoo.co.id*

## **Abstrak**

*Sekolah merupakan tahapan yang dialami individu dalam menempuh pendidikan formal. Lingkungan sekolah memberikan pengaruh tersendiri bagi perkembangan seseorang karena sebagian waktu dihabiskan di sekolah. Tahapan pendidikan yang berjenjang membuat individu mengalami penyesuaian diri terhadap perubahan lingkungan. Karakteristik lingkungan baru bisa jadi berbeda dengan karakteristik lingkungan sekolah lamanya sehingga tidak sedikit siswa yang mengalami kesulitan menghadapi lingkungan sekolah yang baru. Penelitian ini difokuskan pada kecemasan siswa sekolah menengah pertama dalam menghadapi lingkungan baru di sekolah. Pemberian perlakuan berupa pelatihan efikasi diri yang dikaitkan dengan husnudzon yaitu Efikasi Diri Islami ditujukan untuk mengurangi kecemasan menghadapi lingkungan baru di sekolah. Subjek penelitian adalah siswa SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang memiliki kecemasan lingkungan baru berdasarkan hasil screening menggunakan skala kecemasan. Rancangan penelitian yang digunakan adalah pendekatan quasi experimental design dengan metode Randomized pretest-posttest Group design. Analisis kuantitatif menggunakan Mann-Whitney U terhadap gain score. Pengujian hipotesis pada penelitian ini dibantu dengan program SPSS 16.0 for windows. Berdasarkan rancangan penelitian yang dilakukan, pelatihan efikasi diri Islami diharapkan dapat dijadikan alternatif untuk menurunkan kecemasan dalam menghadapi lingkungan baru pada siswa sekolah menengah pertama.*

**Kata kunci:** *efikasi diri, husnudzon, kecemasan lingkungan baru, siswa*

## **Pendahuluan**

Sekolah merupakan masa yang dialami oleh individu dalam menjalani proses pendidikan. Program belajar yang berjenjang menuntut individu (siswa) memasuki tahap demi tahap level pendidikan sehingga menuntut individu mengalami adaptasi yang mungkin dapat menimbulkan kecemasan. Bandura (1997) mengungkapkan bahwa efikasi diri/ keyakinan kecakapan diri (*self efficacy*) memainkan peran sentral bagi timbulnya kecemasan. Penelitian Shohib (2005) menjelaskan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara *self efficacy* terhadap kecemasan menghadapi

lingkungan baru.

Pengaruh sekolah terhadap perkembangan jiwa remaja sangat besar karena remaja setidaknya menghabiskan sepertiga waktunya setiap hari (7 jam perhari) di sekolah sehingga pengaruhnya diharapkan positif (Sarwono, 2012). Beberapa remaja kadang mengalami masalah dengan penyesuaian diri terhadap perubahan lingkungan. Menurut Prawitasari (2012) penurunan tingkat kecemasan akan terjadi bila individu memiliki kecakapan diri yang tinggi sebagai dampak dari tereduksinya pikiran-pikiran yang menyakitkan (*intrusive aversive thoughts*) berkaitan dengan tugas



yang dihadapi.

Lingkungan baru di sekolah juga dirasakan oleh siswa disetiap tahun ajaran baru dimana siswa menempati kelas baru yang berbeda dengan kelas sebelumnya (pengacakan kelas). Pada masa ini siswa mengalami perubahan kondisi lingkungan kelas, teman baru, serta materi baru yang akan diterima pada jenjang berikutnya. Menurut *Anxiety Disorders Association of America* masalah mogok sekolah mempengaruhi 5%-28% anak usia 5-6 tahun dan anak usia 10-11 tahun. Mogok sekolah seringkali berakar dari gangguan kecemasan.

Peneliti menyusun pelatihan efikasi diri islami dengan menambahkan aspek *husnudzon* sebagai harapan dapat membentuk dan meningkatkan keyakinan terhadap diri seseorang melalui perubahan persepsi ketidakmampuan terhadap diri menjadi yakin dan mampu mengorganisasi dan mengambil tindakan yang dibutuhkan sehingga dapat menurunkan kecemasan menghadapi lingkungan baru. Melalui pelatihan ini, diharapkan siswa memiliki keyakinan akan kemampuannya dengan berprasangka baik agar dapat mengatasi kecemasannya menghadapi lingkungan baru. Peneliti ingin merancang program intervensi yang dapat membantu menurunkan kecemasan siswa dalam menghadapi perpindahan kelas/ pengacakan kelas di setiap kenaikan kelas tahun ajaran baru. Tujuan penelitian ini untuk menguji pengaruh pelatihan efikasi diri islami dalam menurunkan tingkat kecemasan lingkungan baru pada siswa SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

## Landasan Teori

### 1. Kecemasan

#### a. Pengertian Kecemasan

Menurut Maramis (1995) kecemasan adalah suatu ketegangan, rasa tidak aman, dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan akan mengalami kejadian yang tidak menyenangkan. Sedangkan Davison, Neale & Kring (2006) mengungkapkan kecemasan merupakan suatu perasaan takut dan khawatir yang tidak menyenangkan.

Kecemasan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kecemasan yang muncul pada siswa saat menghadapi lingkungan baru yaitu saat menghadapi perpindahan kelas pada tahun ajaran baru di sekolah menengah pertama. Berdasarkan uraian di atas, dapat

disimpulkan bahwa kecemasan terhadap lingkungan baru merupakan suatu ketegangan, takut, merasa tidak aman dan khawatir yang tidak menyenangkan pada suasana lingkungan baru dimana hal tersebut dipersepsikan sebagai situasi yang menegangkan.

#### b. Gejala Kecemasan

Gejala yang timbul dari kecemasan yaitu:

1) Gejala fisik dari kecemasan, yaitu: kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung (Nevid, 2005). 2) Gejala behaviorial dari kecemasan, yaitu: berperilaku menghindar, terguncang, melekat, dan dependen (Nevid, 2005). 3) Gejala kognitif dari kecemasan, yaitu: khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan akan sesuatu yang menakutkan akan terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, kebingungan (pikiran campur aduk), dan sulit konsentrasi (Nevid, 2005). 4) Reaksi emosional, yaitu komponen kecemasan berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri atau orang lain (Calhoun dan Acocella dalam Safaria&Saputra, 2009).

### 2. Pelatihan Efikasi Diri Islami

#### a. Pengertian Pelatihan Efikasi Diri Islami

Menurut Sikula (Sumantri, 2000) pelatihan merupakan proses pendidikan jangka pendek yang menggunakan cara dan prosedur yang sistematis dan terorganisir. Tujuan umum pelatihan menurut Moekijat (1990) yaitu mengembangkan keahlian, mengembangkan pengetahuan, dan mengembangkan sikap. Efikasi diri adalah keyakinan seseorang tentang kapabilitas dirinya untuk dapat mengatasi tugas yang dihadapkan kepadanya, bahwa dirinya mampu menguasai situasi dan memberikan hasil yang positif. *Self efficacy* adalah keyakinan individu mengenai kemampuannya mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Bandura, 1997).

Islami adalah sesuatu yang bersifat Islam sehingga efikasi diri islami adalah efikasi diri menggunakan pendekatan secara islam dengan aspek *husnudzon*. *Husnudzon* terdiri dari dua kata yaitu *husnun* yang berarti baik dan *dzon* berarti prasangka, sehingga *husnudzon*

berarti *berbaik sangka* (Muslim, 2013).

#### **b. Aspek Efikasi Diri**

Beberapa dimensi efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura (1997) yaitu: 1) *Level*. Dimensi ini berkaitan dengan taraf kesulitan tugas yang diyakini individu akan mampu mengatasinya. Setiap orang memiliki perbedaan tingkat efikasi dirinya. Tingkat kesulitan dari sebuah tugas (apakah sulit atau mudah) akan menentukan efikasi diri. Orang yang merasa mudah melakukan tugas yang sulit maka efikasi dirinya tinggi, sebaliknya orang yang tidak mampu mengerjakan tugas yang mudah maka efikasi dirinya rendah. 2) *Generality*. Dimensi ini mengacu pada variasi situasi dimana penilaian efikasi diri dapat diterapkan. Individu dapat menilai dirinya memiliki efikasi pada banyak aktivitas atau pada aktivitas tertentu saja. Semakin banyak efikasi diri dapat diterapkan dalam berbagai kondisi maka semakin tinggi efikasi diri individu tersebut. 3) *Strength*. Dimensi ini berkaitan dengan kekuatan efikasi diri seseorang ketika berhadapan dengan tugas atau permasalahan. Individu yang memiliki keyakinan yang kuat akan tekun pada usahanya meskipun terdapat tantangan dan rintangan sehingga tidak mudah dilanda kemalangan. Namun sebaliknya, efikasi diri yang lemah akan mudah ditiadakan dengan pengalaman tidak menyenangkan ketika menghadapi sebuah tugas. Dimensi ini mencakup derajat kemantapan individu terhadap keyakinannya dan kemantapan inilah yang menentukan ketahanan dan keuletan.

#### **3. Siswa**

Siswa merupakan peserta didik dalam lingkungan pendidikan dan termasuk dalam rentang usia remaja. Masa remaja secara psikologis adalah usia dimana individu mulai berintegrasi dengan masyarakat dewasa, yang mengalami transformasi intelektual dan hubungan sosial (Piaget, 1969). Berdasarkan uraian diatas, siswa merupakan peserta didik berusia remaja dalam lingkungan sekolah yang mengalami transformasi intelektual dan hubungan sosial dimana mulai berintegrasi dengan masyarakat dewasa.

#### **4. Lingkungan Baru di Sekolah**

Lingkungan baru di sekolah dalam penelitian ini difokuskan pada lingkungan baru siswa yang mengalami perpindahan kelas atau pengacakan kelas setiap memasuki tahun ajaran baru (kenaikan kelas). Lingkungan

baru di sekolah dalam penelitian ini merupakan suatu kesatuan kondisi yang mencakup kegiatan dan proses pendidikan pada awal tahun ajaran baru di sekolah.

#### **5. Pelatihan Efikasi Diri Islami untuk Menurunkan Kecemasan lingkungan baru pada siswa**

Pelatihan Efikasi Diri Islami memiliki peran meningkatkan keyakinan diri siswa baru untuk yakin terhadap kemampuan diri sendiri terutama melalui persangkaan baik terhadap Allah untuk mengatasi kecemasan menghadapi lingkungan sekolah yang baru. Siswa yang merasa cemas diharapkan dapat menemukan sumber persoalannya sehingga secara efektif dapat ditangani dengan baik. Melalui *husnudzon* diharapkan siswa dapat mengambil hikmah positif akan kejadian yang dialami.

#### **Hipotesis Penelitian**

Hipotesis yang diajukan berdasarkan pemaparan sebelumnya adalah "Ada pengaruh pelatihan Efikasi Diri Islami terhadap kecemasan lingkungan baru siswa SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta."

#### **Metode**

##### **Identifikasi Variabel Penelitian**

1. Variabel tergantung: Kecemasan lingkungan baru
2. Variabel bebas: Pelatihan Efikasi Diri Islami

##### **Definisi Operasional Variabel Penelitian**

1. Kecemasan Lingkungan Baru

Kecemasan lingkungan baru merupakan suatu ketegangan, takut, merasa tidak aman dan khawatir yang tidak menyenangkan pada suasana lingkungan baru di sekolah yang terdiri dari aspek fisik, behavioral, kognitif dan emosional. Semakin tinggi skor pada skala kecemasan terhadap lingkungan baru maka semakin tinggi tingkat kecemasan. Sebaliknya, semakin rendah skor pada skala maka semakin rendah pula tingkat keecemasan terhadap lingkungan baru yang dirasakan.

2. Pelatihan Efikasi Diri Islami

Pelatihan Efikasi Diri Islami yaitu proses pendidikan jangka pendek untuk mencapai suatu tujuan dengan mempelajari aspek efikasi diri sehingga tercapai tujuan dari efikasi

diri yaitu memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki dengan persangkaan baik terhadap Allah bahwa kita dapat mencapai suatu tujuan. Pelatihan ini dirancang berdasarkan aspek efikasi diri dengan *husnudzon*. Aspek efikasi diri terdiri dari *level*, *generality*, dan *strength*. Aspek efikasi diri dengan *husnudzon* yang dikaitkan berprasangka baik terhadap Allah dan menerima segala ketentuan-Nya.

### Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang mengalami perpindahan kelas pada setiap tahun ajaran baru meliputi kelas VIIC, VIID, VIIE, VIIF, dan VIIG yang mengalami kecemasan menurut hasil *screening* menggunakan skala kecemasan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampel bertujuan atau *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan sampel dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- Remaja yang memiliki kecemasan lingkungan baru sesuai dengan hasil *screening* menggunakan skala kecemasan.
- Remaja merupakan siswa SMP kelas VII yang bersekolah di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta.
- Belum pernah mengikuti pelatihan Efikasi Diri melalui *Husnudzon*
- Memiliki kesediaan dalam mengikuti rangkaian kegiatan dengan bersedia mengisi *informed consent*.

### Metode Pengumpulan Data

Sebelum melaksanakan proses pengumpulan data, hal yang perlu dipersiapkan adalah penyusunan modul dan alat ukur.

#### 1. Modul Pelatihan Efikasi Diri Islami

Rancangan intervensi yang akan dilakukan dijelaskan melalui tabel sebagai berikut:

**Tabel 1. Rancangan Pelatihan Efikasi Diri Islami**

Tahapan Pelaksanaan	Kegiatan
I Sesi 1	Pembukaan dan kontrak belajar <i>Ice breaking</i> (balon pengenalan) Materi Satu (Mengetahui diri & lingkungan sekitar) (Aspek <i>level</i> padaefikasi diri)
Sesi 2	Materi Dua (Persepsi) (Aspek <i>husnudzon</i> ) Evaluasi kegiatan harian Penutup

II Sesi 1	Review materi sebelumnya Materi Tiga (Pengelolaan waktu) (Aspek <i>generality</i> pada efikasi diri)
Sesi 2	c. Materi Empat (Daya juang) (Aspek <i>strength</i> pada efikasi diri) d. Evaluasi kegiatan harian e. Penutup
III Sesi 1	Review materi sebelumnya Materi Lima (Manajemen harapan) (Aspek <i>husnudzon</i> )
Sesi 2	Materi Enam (Cerita saya) Evaluasi kegiatan Penutup

#### 2. Skala Kecemasan

Skala kecemasan disusun berdasarkan aspek-aspek kecemasan yang telah disesuaikan dengan kecemasan lingkungan baru yang diadaptasi dari skala kecemasan Donik Murtiasari dalam tesis berjudul *Cognitive behavior therapy* untuk mengurangi kecemasan menghadapi persalinan pertama yang memiliki reliabilitas 0,917.

**Tabel 2. Nomor Butir Aitem Favorable Skala Kecemasan Lingkungan Baru**

No.	Aspek	Jumlah Favorable
1	Fisik	2, 7, 8, 18, 22, 25, 26, 30, 39, 35, 42, 45
2	Behavioral	3, 9, 13, 14, 19, 27, 32, 34, 37, 41, 43, 46
3	Kognitif	1, 6, 11, 12, 17, 21, 24, 31, 36, 40, 44, 47
4	Emosional	4, 5, 10, 15, 16, 20, 23, 28, 29, 33, 38, 48
	Jumlah	48

Item yang digunakan seluruhnya merupakan item *favorable*. Skor *favorable* pada kategori respon yang diperoleh yaitu: Sangat Sesuai (SS) 4; Sesuai (S) 3; Tidak Sesuai (TS) 2; Sangat Tidak Sesuai 1.

#### 3. Observasi

Menurut Sutoyo (2014), dalam arti luas observasi meliputi pengamatan yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek yang sedang diteliti. Observasi bertujuan untuk melengkapi data dan melihat dinamika dalam kelompok, mengamati perilaku subjek secara individu ataupun interaksinya dengan individu lain dalam kelompok.



#### 4. Wawancara

Menurut Moleong (2010) wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini bertujuan untuk memperoleh data pelengkap saat penelitian berlangsung, mengetahui dinamika individu dan kelompok serta evaluasi penelitian.

#### 5. Lembar Evaluasi

Lembar evaluasi diberikan kepada subjek penelitian pada setelah sesi pelatihan berlangsung dan *follow up* selama 2 minggu. Evaluasi bertujuan untuk mengetahui dampak pemberian pelatihan terhadap peserta.

### Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode kuantitatif digunakan saat *screening* guna mencari subjek penelitian dengan menggunakan skala. Skala yang digunakan adalah skala kecemasan lingkungan baru. Skala penelitian terlebih dahulu diujicobakan (*try out*) pada siswa IT dan bilingual kelas VII SMP Muhammadiyah 3. Siswa kelas IT berjumlah 32 siswa dan kelas bilingual 34 siswa sehingga total 66 siswa. Skala yang sudah memenuhi kriteria kemudian diberikan pada seluruh siswa reguler kelas VII SMP Muhammadiyah 3 yang terbagi menjadi 5 kelas berjumlah 140 siswa.

Siswa kelas VII yang memenuhi kriteria dengan kecemasan tinggi akan diacak dan diperoleh satu kelompok sebanyak 10 siswa untuk diberi perlakuan dengan metode eksperimen. Menurut Alsa (2004) penelitian eksperimen hakekatnya adalah meneliti pengaruh perlakuan terhadap perilaku yang timbul sebagai akibat dari perlakuan. Perlakuan yang akan diberikan yaitu pelatihan efikasi diri Islami.

### Analisis Data

Analisis kuantitatif pada penelitian ini menggunakan metode statistik nonparametrik, sedangkan hipotesis diuji menggunakan teknik analisis *Mann-Whitney U* terhadap *gain score*. Penggunaan teknik ini dikarenakan untuk melihat perbedaan atau mengetahui sebelum dan setelah dilakukan perlakuan. Penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 16.0 *for windows* untuk menguji hipotesis.

### DAFTAR PUSTAKA

- Alsa, Asmadi. (2004). *Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dalam Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Davison, G. C, Neale, J. M., & Kring A. M. (2006). *Psikologi Abnormal*. Penerjemah: Noermalasari Fajar. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Miramis, W.F. (1995). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya: Airlangga.
- Moekijat. (1990). *Pengembangan dan Motivasi*. Bandung: Pionir Jaya.
- Moleong, L. J. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Nevid, Jeffrey S., Rathus, Spencer A., & Greene Beverly (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Erlangga.
- Piaget (1969). *The Intellectual Development of The Adolescence. Adolescence: Psycosocial erspective*. New York: Basic Books.
- Prawitasari, J. E (2012). *Psikologi Terapan Melintas Batas Disiplin Ilmu*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Savitri, Ramaiah (2003). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Shohib, Muhammad. (2005). *Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kecemasan dalam Menghadapi Lingkungan Baru pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2005-2006*. Penelitian bidang ilmu Lembaga Penelitian Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sumantri, S. (2000). *Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Bandung: Fakultas Psikologi Unpad
- Sutoyo, Anwar (2014). *Pemahaman Individu*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

